



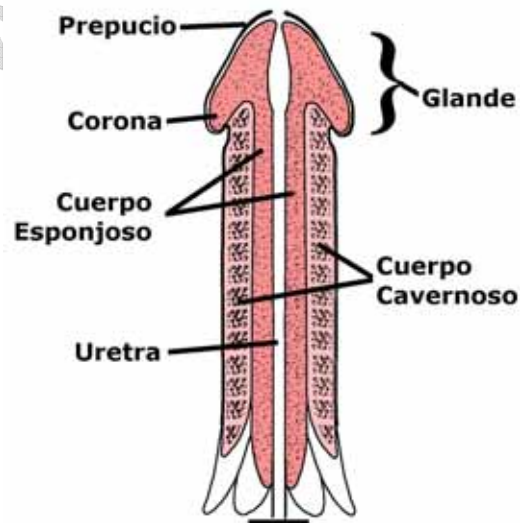
# Mi Sexualidad

Información actual sobre el comportamiento sexual humano

## EL PENE

“El deseo más grande que un hombre puede tener es que controle su pene como controla su mano, que siga las instrucciones que le da inmediatamente.” **Hombre de 50 años.**

Cuando los hombres piensan sobre sexualidad, ellos piensan en su pene. Este es el punto de partida por que es la parte más obvia de la anatomía sexual masculina. El **pene** que en latín significa “cola” es el órgano reproductor masculino que además sirve para orinar. El pene alcanza su estado erecto llenándose de sangre, por lo cual carece de músculo o hueso como la tienen otras especies mamíferas. La base del pene está conectada al músculo pubocoxígeo o el músculo PC en la raíz del pene dentro del cuerpo del hombre, y este músculo se puede trabajar para poder obtener erecciones más fuertes y duraderas, para poder lograr orgasmos más fuertes y obtener un control de la eyaculación. El pene no puede retirarse dentro de la ingle y es más largo en tamaño que el promedio de otros mamíferos en su relación de tamaño con la masa corporal.



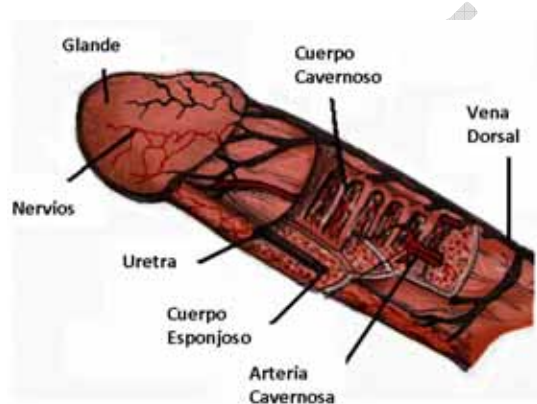
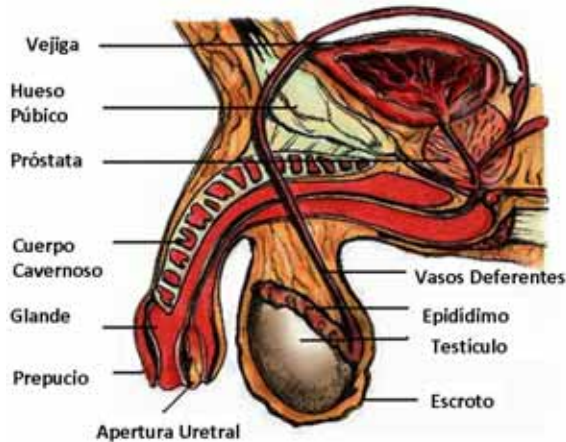


# Mi Sexualidad

Información actual sobre el comportamiento sexual humano

## Estructura del pene

El pene humano está conformado por tres columnas de tejido eréctil: dos **cuerpos cavernosos** en la parte superior del pene y un **cuerpo esponjoso** en la parte inferior central.



**El glande**, la zona más sensible del pene, constituye el final del cuerpo esponjoso y la parte más ancha del mismo. Tiene forma de cono y está recubierto por **el prepucio**, que es una capa protectora de piel, el prepucio se tiene que retirar hacia atrás para exponer al glande. El prepucio puede ser eliminado con una operación llamada circuncisión. La zona de la parte inferior del pene, inmediatamente después de la corona del glande, se llama frenillo. Entre el glande y el prepucio se acumula una secreción denominada esmegma, la cual es una mezcla de recambio celular entre el glande y el prepucio junto con secreciones sebáceas. El esmegma se limpia con agua y jabón durante el aseo personal.

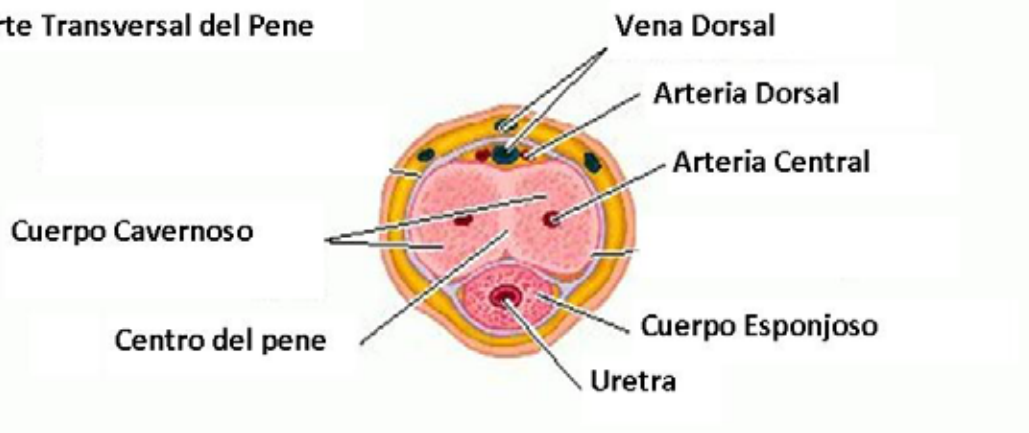
**La uretra** es una vía común para el paso de la orina y del semen, va a través del cuerpo esponjoso y termina en un orificio conocido con el nombre de meato o apertura uretral, el cual se encuentra en el extremo del glande.



# Mi Sexualidad

Información actual sobre el comportamiento sexual humano

Corte Transversal del Pene



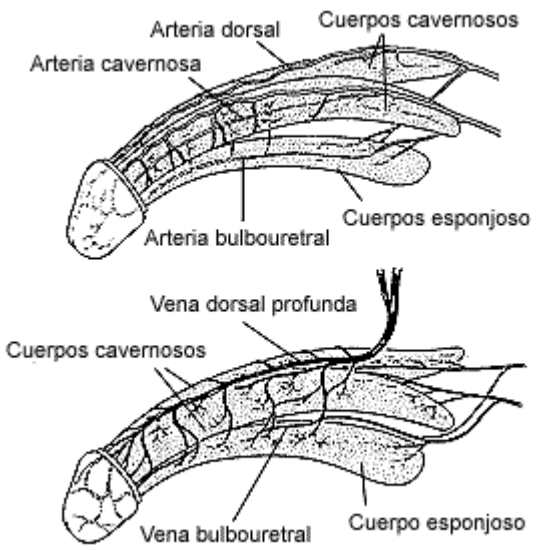
## La eyaculación

El espermatozoides es producido en los testículos y almacenado en el epidídimo. Durante la eyaculación, el espermatozoides es propulsado hacia los vasos deferentes. Los fluidos son agregados por las vesículas seminales. Los vasos deferentes desembocan en los conductos eyaculatorios, los cuales se unen a la uretra dentro de la próstata. Ésta última y las glándulas bulbouretrales (también conocidas con el nombre de glándulas de Cowper) adhieren secreciones y, por último, el semen es expulsado a través del orificio del pene.

La eyaculación de semen ocurre cuando el hombre alcanza el orgasmo, el cual puede ser el resultado de un coito, de una masturbación, de una felación o de sueños húmedos.

## La erección

La erección es el estado en el que el pene se vuelve rígido y aumenta de tamaño, debido a que su tejido interno se llena de sangre. Las erecciones suelen ser consecuencia de la excitación sexual, aunque también se presenta en ocasiones en las que no existe estimulación. El mecanismo primario que hace posible una erección es la dilatación de las arterias que suministran sangre al pene, las cuales permiten de esta manera el paso de





# Mi Sexualidad

Información actual sobre el comportamiento sexual humano

más sangre para llenar el tejido esponjoso y eréctil de las tres cámaras internas, causando aumento en el tamaño del pene y rigidez en el mismo.



**Erección de un pene sin circuncisión**

El tejido eréctil, ya ensanchado, presiona las venas, impidiéndoles llevarse demasiada sangre. Es mayor la cantidad de líquido que entra al pene que la que sale del mismo, hasta que se alcanza un equilibrio, en el que fluye el mismo volumen de sangre a través de las arterias dilatadas que a través de las venas comprimidas. Por ello, el tamaño definitivo en erección del pene no se alcanza sino hasta que se llega a dicho equilibrio.



# Mi Sexualidad

Información actual sobre el comportamiento sexual humano

El pene erecto puede tener un ángulo hacia arriba, hacia abajo, paralelamente al suelo o en muchas otras direcciones; esto depende de la tensión del ligamento suspensor que hace que el pene erecto esté en dicha posición. El grado de rigidez del pene de cada individuo también es variable.



**Erección de un pene con circuncisión**

## **Cambios en la pubertad y la adolescencia**

Cuando un muchacho entra en la pubertad, sus testículos comienzan a crecer y a producir cantidades mayores de testosterona. El crecimiento del pene comienza alrededor de los 13 años y continúa hasta los 18, aproximadamente. Durante este proceso aparece vello púbico alrededor en la zona genital. Comienza la producción de espermatozoides y de semen, por lo que el muchacho suele tener poluciones nocturnas debido a sueños de tipo sexual. También, la mayoría de ellos comienzan a masturbarse o auto-satisfacerse.

## **Tamaño**

El pene humano puede presentar una gran variedad de tamaños. Sin embargo, en la cultura popular, lo cual es un mito, se considera que el tamaño del pene está relacionado con el nivel de masculinidad de cada hombre (la hombría). Aun así, numerosos estudios han podido demostrar que el tamaño del pene no está directamente relacionado con la masculinidad de un varón, ni tampoco con su capacidad reproductiva.



# Mi Sexualidad

Información actual sobre el comportamiento sexual humano

Aunque los resultados varían en cada estudio, se cree que el tamaño del pene erecto es, en promedio, de aproximadamente 14,5 cm de longitud y de aproximadamente 12,7 cm de circunferencia. De acuerdo con una encuesta realizada con un grupo de 1.500 hombres cuyo resultado indicaba que el tamaño del pene promedio era de 15 cm de largo por 12,7 cm de circunferencia, la longitud más común era de 14,6 cm y el 78 por ciento de los varones tienen penes erectos de entre 13,3 y 17,1 cm. La misma encuesta revelaba que 13,3 cm era la circunferencia más común, y que en el 78,4 por ciento de los casos los hombres presentaban una erección de entre 12,1 y 14 cm.

En otros estudios los resultados confirmaron que el tamaño medio del pene en el mundo es de 14 centímetros, siendo ésta la media española. La mayor media la tiene Francia, con 16 cm. En Italia la medida media es 15 cm y en Alemania 14,4 cm. En Estados Unidos el promedio es de 12,9 cm, mientras que en Venezuela es 12,7 cm y en Brasil 12,4 cm. Las medias más pequeñas se encontraron en India (10,2 cm) y en Corea del Sur (9,6 cm).

## Técnica para la medición de la longitud del pene

El pene erecto se mide por encima del tronco del pene, apoyando la regla contra la base del pene en el hueso púbico, lo que permite una medición más precisa. El hombre obeso debe empujar el vientre hacia adentro, hasta lograr que la regla apoye contra el hueso púbico.

## La circuncisión

La circuncisión es la extirpación o amputación del prepucio del pene, lo que deja al descubierto el glande. Las causas más frecuentes de circuncisión son los motivos religiosos, culturales o médicos. En 2006, según estimaciones de la Organización Mundial de la Salud (OMS), el 30 % de los hombres del mundo era circunciso.

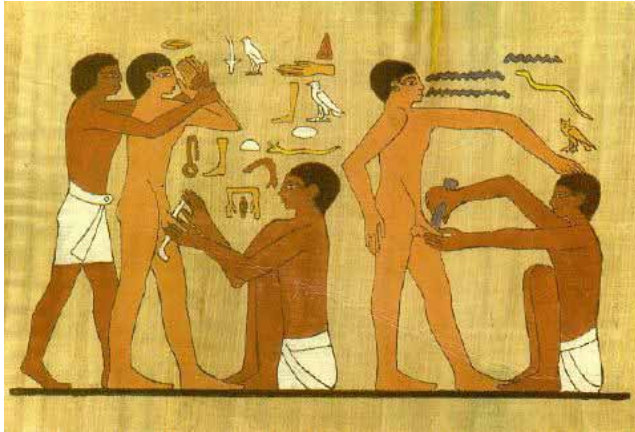
La circuncisión se atribuye de origen Egipcio, debido a que la referencia más antigua que se tiene es un grabado de la tumba de Ankhamahor (entre 2300 y 2200 antes de Cristo) que representa una circuncisión practicada con una piedra de sílex en un hombre de pie.

Esta práctica se encuentra extendida en el judaísmo, cuya realización es una práctica obligatoria desde hace más de 3.500 años, cuando el patriarca Abraham fue circuncidado por una orden divina, según los textos bíblicos.



# Mi Sexualidad

Información actual sobre el comportamiento sexual humano



Existe una controversia alrededor de la circuncisión. Los que están a favor de la circuncisión, por ejemplo, fundamentan que provee importantes ventajas de salud y que no tienen ningún efecto negativo en el desarrollo sexual masculino, la operación tiene un grado mínimo de complicación cuando es realizada en periodo de recién nacido y por un doctor experimentado. Los que están en contra de la circuncisión, por ejemplo, fundamentan que la práctica de extirpar el prepucio

es histórica y basada en fundamentos religiosos, que actualmente la circuncisión, fuera de la creencia religiosa, está basada en mitos de fines del siglo XIX y principios del siglo XX (1890-1910) en Inglaterra y Estados Unidos, donde de acuerdo a la "Teoría de las enfermedades de los gérmenes" el pene se considero "sucio" por asociación de las secreciones naturales de esmegma y se realizó como una práctica preventiva a las enfermedades, pero existió otro motivo fundamental entre los círculos médicos de la época que la circuncisión era el mejor método para tratar y prevenir la masturbación. Otro de los fundamentos de quienes están en contra de la circuncisión es que interfiere con el normal funcionamiento de la sexualidad masculina, ya que es natural que el pene tenga prepucio, adicionalmente que cuando esta operación se realiza en bebés violan los derechos humanos del individuo por que en la mayoría de casos no existe una condición médica o de salud para que esta operación se realice.

Según los estudiosos de este tema, se ha propuesto que la circuncisión empezó como un sacrificio religioso donde el muchacho pasaba a una nueva etapa de su vida, el ser adulto. Esto le daba al "nuevo" adulto una suerte de magia viril para atraer a la pareja. La otra propuesta es que la circuncisión empezó para ayudar a la higiene del hombre donde el baño regular era imposible de practicar por falta de agua o por viajes largos en los inicios de la historia de la humanidad. En nuestros tiempos, en las sociedades donde el hombre se puede asear diariamente y donde no existe un rito niño-adulto la circuncisión no tiene sentido.

La circuncisión por razones médicas se realiza cuando el prepucio es demasiado estrecho y no deja que el glande se deslice normalmente durante la erección provocando dolor (fimosis) o cuando es demasiado largo (prepucio redundante) y el glande tiene deficiencias de higiene. Otra razón médica para la circuncisión es la balanitis, que es la inflamación del glande del pene, cuando afecta al prepucio se denomina balanopostitis, la inflamación se puede deber a una infección bacteriana, micótica (hongos) o viral, pero también podría deberse al uso de jabones irritantes.



# Mi Sexualidad

Información actual sobre el comportamiento sexual humano

La falta de aireación e higiene puede hacer que el esmegma produzca una inflamación en el glande y el prepucio.

Para la mayoría de expertos de salud de países de habla hispana, está claro que el prepucio es una formación normal en el varón y no tiene por qué retirarse. El prepucio protege el balano (parte externa o cabeza del miembro viril), o sea las finas y delicadas terminaciones nerviosas que le dan sensibilidad al glande. Las estadísticas indican que los hombres circuncidados tienen menor porcentaje de infecciones que los que tienen el pene con prepucio, y que la causa no es por la presencia del prepucio, sino a una mala higiene, por lo que es responsabilidad de los padres orientar y educar a sus hijos a tener un aseo correcto del prepucio.

Durante el baño diario hay que lavarse con agua y jabón el pene, y una vez que se quita el jabón regresar el prepucio a su lugar después de enjuagar muy bien. Se hace la misma operación para el secado, pues la humedad puede causar la presencia de hongos (micosis).

[www.misexualidad.org](http://www.misexualidad.org)